



Matvett

Kom i gang med matsvinnarbeidet



Innhold:

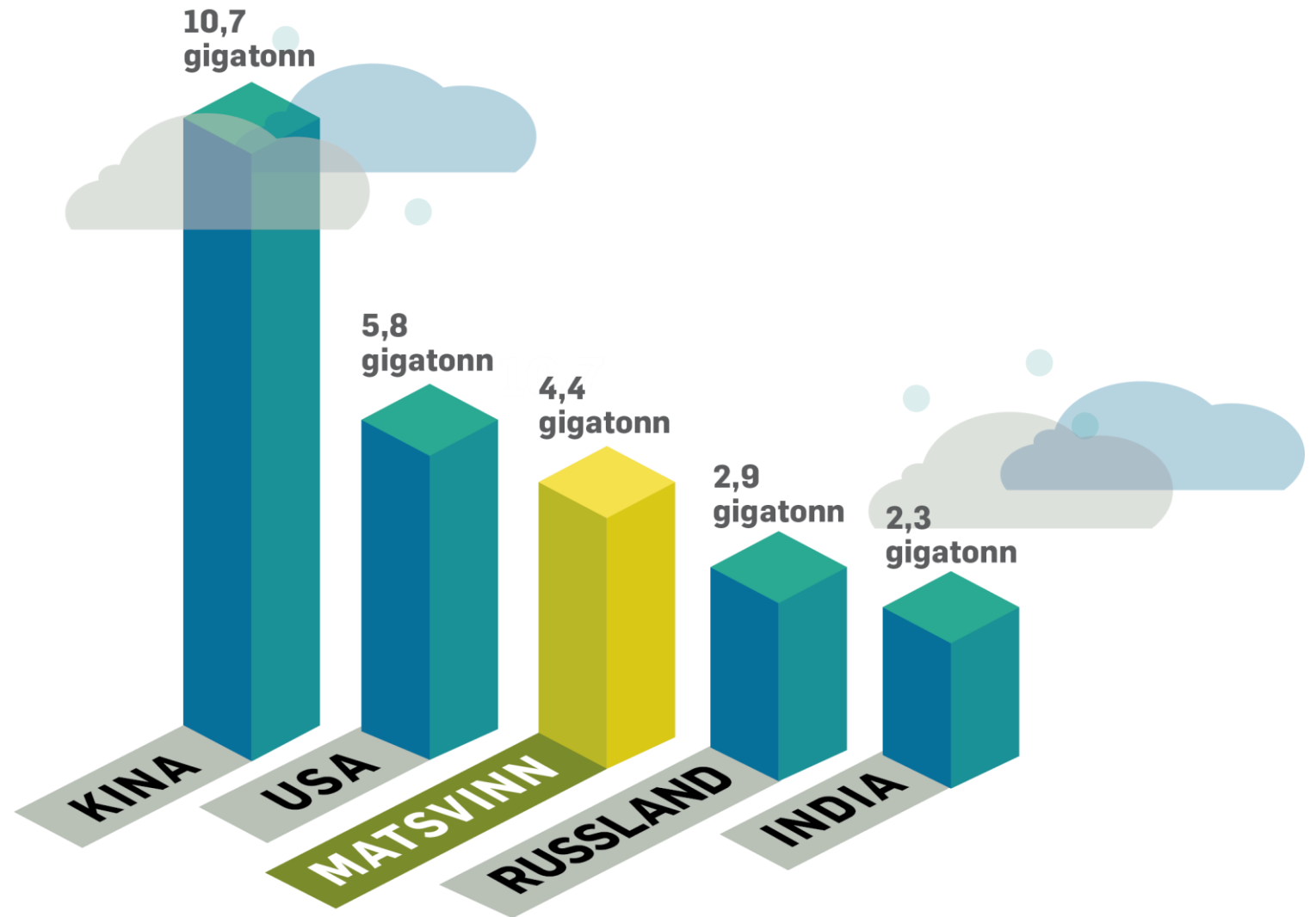
- Kom i gang
- Hvordan veie
- Ansatte
- Elevene
- Foresatte
- Nyttige lenker

Matsvinn er et stort problem

- **1/3 av all mat produsert blir kastet.** Dette er et stort problem for kloden, for mennesker og for samfunnet
- I Norge blir det kastet minst **400 000 tonn mat** i året, med en verdi på over 20 MRD
- For å løse problemet må alle bidra
- Estimert total mengde matsvinn i undervisning- og omsorgssektoren utgjorde rundt 5 000 tonn i 2020



Hvis matsvinn
var et land, ville
det vært **det
tredje største** i
klimagassutslipp

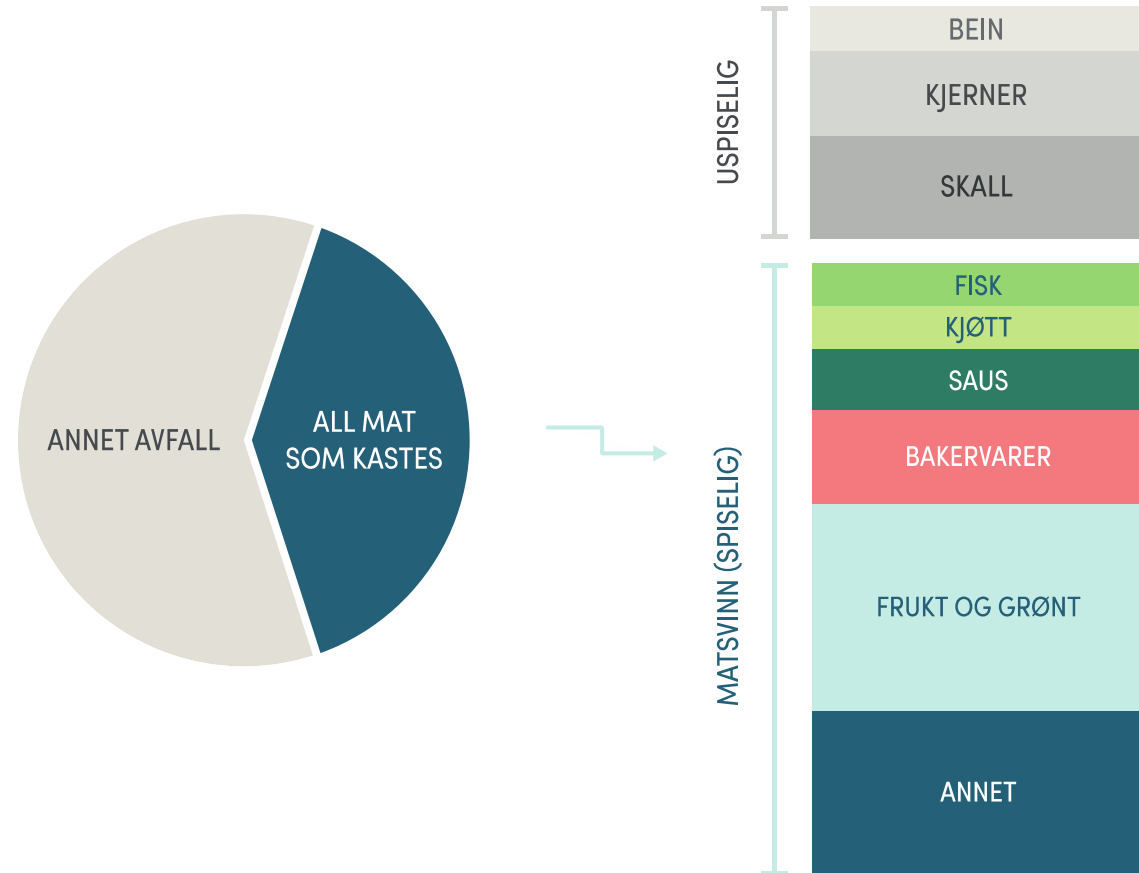


Kom i gang

- **Hvorfor:** Det er ikke bærekraftig å kaste mat, og ved å bli bevisst på eget matsvinn kan dere begynne å gjøre noe med det
- Å redusere matsvinn gir enn **trippeleffekt:** det er bra for samfunnet, det er lønnsomt og det er bra for klima og miljø
- Start med å velge en «**matsvinn-ansvarlig**» som skal holde fast i arbeidet
 - *Eksperten skal ha ansvar for at maten blir veid, resultatet fylt inn og utviklingen presenteres for de andre i barnehagen*
- Skaff dere praktisk utstyr: vekt, avfallsdunk og tavle/notatark

Matsvinn og matavfall

- **Matsvinn** definerer vi her som *mat som kunne blitt spist av mennesker*, men som av en eller annen grunn kastes
- **Matavfall** definerer vi her som rester av mat som *ikke er spiselig*



Hvordan veie

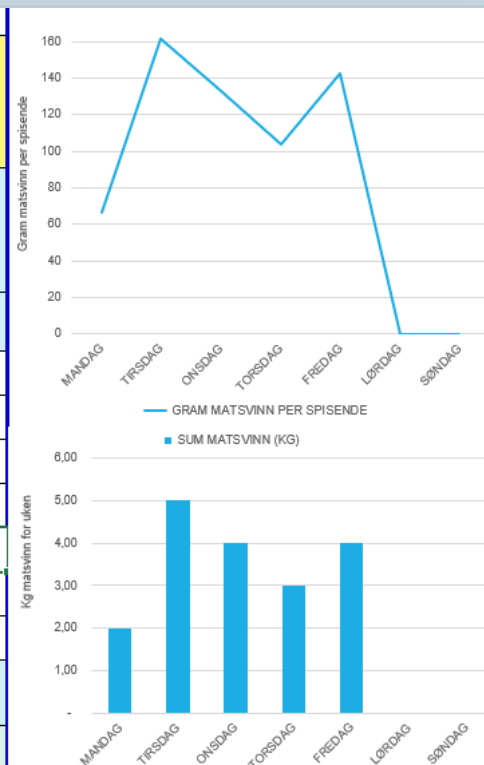
- Anskaff utstyr og sett opp **en målestasjon**
- Mål hver dag i en periode, noter på slutten av hver dag
- Registrer tallene inn i Excel arket og følg med på utviklingen
- **Diskuter** på ansattmøter;
 - *Er det dager dere kaster ekstra mye? Vet dere hvorfor? Hvilke tiltak kunne dere ha innført her?*
 - *Kaster dere den samme maten hver uke? Hvorfor?*
- Vurder sammen hvilke **tiltak** dere vil begynne med
 - *Det er enkelt å begynne med 1-2 tiltak, og legge til flere etter hvert*



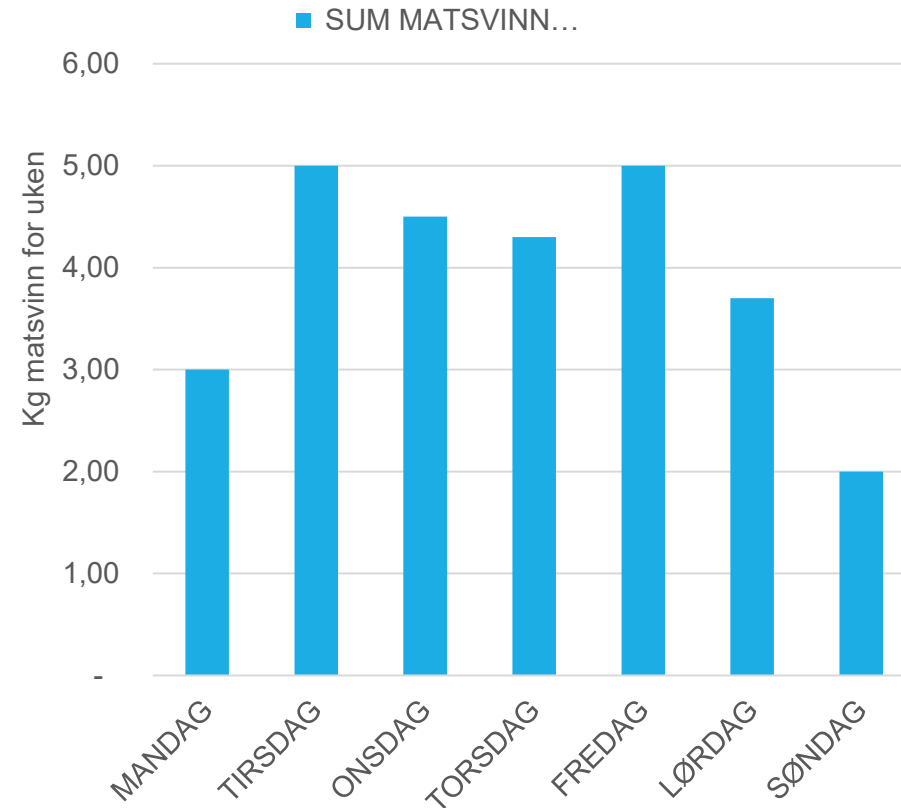
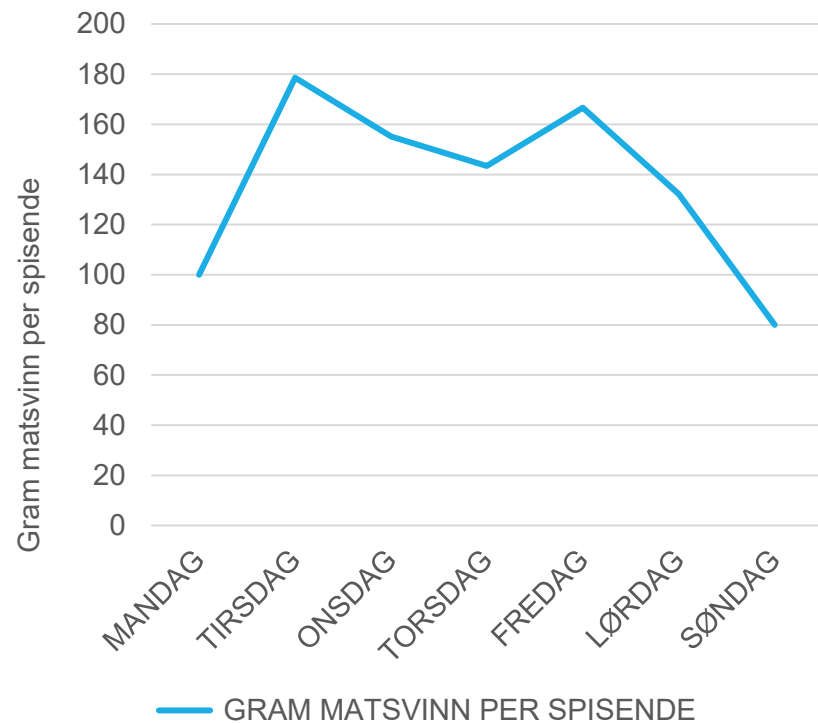
Enkelt Excel-skjema for registrering:

- Fyll inn kg per dag og antall elev/voksne
- Skjemaet regner ut hvor mye svinns dette er per hode
- Enkelt å holde oversikt over tid

Registreringsskjema for matsvinn				
Instruks: Kun hvite felt skal fylles ut. Registrer total mengde matsvinn og summen av antall spisende for alle måltider. Alt av matsvinn registreres i KG. Matsvinn er mat som kunne blitt spist med som av enn eller annen grunn kastes. Noter "0" dersom det ikke er noe matsvinn.				
RAPPORTERINGSPERIODE UKENUMMER: 2 NAVN PÅ SERVERINGSSTED: Skriv inn navn på skole ANSVARLIG PERSON: TLF:				
	SUM MATSVINN (KG)	SUM ANTALL SPISENDE	GRAM MATSVINN PER SPISENDE	Kommentar
MANDAG	2,00	30,00	66,6666667	
TIRSDAG	5,00	31,00	161,290323	
ONSDAG	4,00	30,00	133,333333	
TORSdag	3,00	29,00	103,448276	
FREDAG	4,00	28,00	142,857143	
LØRDAG	-	-	#DIV/0!	
SØNDAG	-	-	#DIV/0!	
	SUM MATSVINN (KG)	SUM SPISENDE	GRAM MATSVINN PER SPISENDE	
UKE OPPSUMMERING	18,00	148,00	121,62	



Det første nullpunktet gir viktig informasjon om dagens status og mulige årsaker





Eksempler på tiltak

- Smart meny-planlegging
- God orden i kjøleskapet
- Sørg for riktig oppbevaring og god plan for rester
- Bruk de samme råvarene i flere måltider
- Bruk sansene på mat som er gått ut på "best før"-dato

Ansatte

- Sørg for **god kompetanse og engasjement** gjennom for eksempel å sørge for at alle ansatte går gjennom e-læringskurset for matsvinn
- Opplæring skaper mer bevisste og engasjerte ansatte
- Gå sammen om å finne potensielle **delmål**, skriv målet på en plakat og heng opp på personalrommet – premier god innsats
- Det er viktig å gjøre alt effektivt slik at tidsbruk ikke blir et argument for å ikke gjennomføre
- Matsvinn-ansvarlig bør **oppdatere andre ansatte** kontinuerlig



Foresatte

- Elevene får sine holdninger fra foresatte, så det er viktig å involvere dem og **spre kunnskapen om matsvinn**
- Inkluder matsvinn som **tema på møter** med foresatte og digitale kontaktflater
 - *Inviter foresatte til å ta E-læringskurs*
- Snakk med foresatte når de henter elevene/inviter til matsvinnmøter
- Materiell som deles digitalt til foresatte/henge i fellesareal i barnehagen
 - *Like plakater hjemme på kjøleskapet og på skolen skaper repetisjon*



Elevene

I tillegg til å **inkludere elevene i målingen** av matsvinnet er det lurt å gjennomføre pedagogiske aktiviteter som kan lære dem mer om **hvorfor** det er viktig, og **mulighetene** vi har for å jobbe med det

Se tilgjengelig ressurser og materiell i verktøykassen på matvett.no.

- Forslag til pedagogiske aktiviteter:
 - *Tur på nærbutikken*
 - *Gi liv til tørt brød*
 - *Se-lukt-smak*
 - *Måling av matsvinn med visuelle hjelpemidler*
 - *Restefest*



Nyttige linker

- <https://www.matvett.no/>
- Hva er matsvinn: <https://www.matvett.no/aktuelt/hva-er-matsvinn>
- Bruk opp leksikon: <https://www.matvett.no/brukopp-leksikon>
- Måltidsplanlegger: <https://www.matvett.no/oppskrifter>
- Se, lukt, smak: <https://www.matvett.no/aktuelt/se-lukt-smak>
- Brukopp-kalender: <https://www.matvett.no/aktuelt/brukopp-kalender-for-frukt-og-gront>
- Lær elevene å ta vare på maten: <https://www.matvett.no/aktuelt/laer-barna-a-ta-vare-pa-maten>
- Matvettreglene: <https://www.matvett.no/aktuelt/matvettreglene>
- Best før betyr ofte god etter: <https://www.matvett.no/aktuelt/matvettreglene>
- E-læringskurs ansatte: https://rise.articulate.com/share/IEV_RFZeYUImVYKxDc62AQ7MlyuOtiS0
- E-læringskurs foreldre: <https://rise.articulate.com/share/CN3NMJ2gGep9xaq3e8eTiUmX9DRJvz62>
- E-læringskurs elever: <https://rise.articulate.com/share/gRCx6cDMrIJeeThO8nY956DDXEX0pTrv>
- Lær elevene om sammenhengen mellom mat og miljø: <https://grontflagg.fee.no/>
- Veileder for trygg gjenbruk av mat: <https://www.matvett.no/uploads/documents/Guide-Trygg-gjenbruk-av-mat.pdf>
- Tips til å kaste mindre mat: <https://www.matvett.no/aktuelt/hvordan-kaste-mindre-mat>